

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GAME ONLINE DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 SEDAYU BANTUL YOGYAKARTA TAHUN 2017

Elchi Fitriani¹, Siti Nurunnayah², Lia Endriyani³

INTISARI

Latar Belakang: *Game online* di Indonesia sangat digemari remaja usia 15-18 tahun. Sampai tahun 2015 jumlah pengguna *game online* di Indonesia menembus seratus juta jiwa. Adapun dampak negatif *game online* seperti terjadinya kurang gizi sebanyak 4,7%, dan gizi gemuk 20,9%. Daerah Yogyakarta terdapat prevalensi status gizi yang dikategorikan stunting pada remaja usia 13-15 tahun sebanyak 35,1%, sedangkan prevalensi wasting 11,1%. Prevalensi status gizi remaja usia 16-18 tahun yang dikategorikan stunting sebanyak 31,4%, sedangkan prevalensi wasting 9,4%.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 158 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah menggunakan *proportional stratified random sampling*. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji statistik *Kendall Tau*.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun sebanyak 66 responden (41,8%), responden laki-laki dan perempuan sama sebanyak 79 responden (50%), memiliki intensitas penggunaan *game online* sedang sebanyak 84 responden (53,2%), berdasarkan frekuensi yang digunakan adalah setiap hari sebanyak 55 responden (34,8%), dengan durasi penggunaan 3-4 jam dalam sehari sebanyak 65 responden (41,1%), dan status gizi baik sebanyak 103 responden (65,2%). Penelitian ini juga menunjukkan tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta dengan nilai *p value* 0,175 ($p > 0,05$).

Kesimpulan: Tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi.

Kata Kunci: Remaja, intensitas *game online*, status gizi

¹ Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

² Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

³ Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

INTENSITY RELATIONSHIP ONLINE GAME USER WITH NUTRITIONAL STATUS TO ADOLESCENTS IN SMA NEGERI 1 SEDAYU BANTUL YOGYAKARTA YEAR 2017

Elchi Fitriani¹, Siti Nurunnayah², Lia Endriyani³

ABSTRACT

Background: Online game in Indonesia is very popular among teenagers aged 15-18 years. In 2015 the number of online game users in Indonesia more than one hundred million. The negative impact of online games such as the risk of malnutrition as much as 4,7% and obesity as much as 20,9%. In Yogyakarta there are prevalence of nutritional status which is categorized stunting in adolescent age 13-15 year as much as 35,1%, while wasting prevalence 41,1%. Prevalence of nutritional status of adolescents aged 16-18 years that categorized by stunting of as much as 31,4%, while the prevalence of wasting by 9,4%.

Objective: To know the relationship between intensity of online game user and nutritional status in adolescent at SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta.

Research Method: This research was quantitative research type with Cross Sectional approach. The sample in this research was 158 students. The sampling technique was used proportional stratified random sampling. The data has been collected were analyzed using Kendall Tau statistic test.

Results: This study showed that most respondents aged 17 years as many as 66 respondents (41,8%), male and female respondents were same as 79 respondents (50%), had medium intensity of online game usage was 84 respondents (53,2 %), Based on the gaming frequency was every day as many as 55 respondents (34,8%), with the gaming duration was 3-4 hours a day as many as 65 respondents (41,1%), and had good nutrition status of 103 respondents (65,2 %). This research also showed there was no correlation between intensity of online game user with nutritional status in adolescent at SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta with p value 0,175 ($p > 0,05$).

Conclusion: There was no significant relationship between the intensity of online game user with nutritional status.

Keywords: Adolescents, intensity of online games, nutritional status

¹Student of Alma Ata University Yogyakarta

²Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta

³Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan ilmu dan teknologi yang semakin pesat ternyata membawa perubahan dalam masyarakat. Kreativitas manusia semakin berkembang sehingga mendorong diperolehnya temuan-temuan baru dalam teknologi yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana peningkatan kesejahteraan umat manusia. Salah satu produk manusia tersebut adalah internet. Teknologi internet ini semakin berkembang pesat, salah satu manfaatnya adalah sebagai sarana hiburan, misalnya untuk bermain. Permainan dengan menggunakan koneksi internet tersebut dikenal sebagai *game online*, media *game online* sangat berpengaruh terhadap pikiran manusia, yang diserap melalui dua panca indera yaitu melihat dan mendengar. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi, *game* sangat berkembang pesat di dunia, seperti halnya perkembangan *game online* yang marak terjadi pada masa-masa sekarang ini (1).

Secara terminologi *game online* berasal dari dua kata, yaitu *game* dan *online*. *Game* adalah permainan dan *online* adalah terhubung dengan internet. Jadi dapat disimpulkan *game online* adalah *game* yang terhubung dengan koneksi internet atau LAN sehingga pemainnya dapat terhubung dengan pemain lainnya yang memainkan permainan yang sama. Menurut Aji dalam Amanda (2016) *game online* suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. *Game online* tidak terbatas pada perangkat yang

digunakan, *game online* bisa dimainkan di komputer, laptop, *smartphone* bahkan ditabelt sekalipun asal gadget tersebut dapat terhubung dengan jaringan internet, dan dapat dimainkan (2).

Game online merupakan fenomena baru di Asia tenggara, namun memiliki banyak peminat, terutama di Indonesia. *Game online* di Indonesia terutama di kota-kota besar *game* sangat digemari dan para pemain *game* terutama remaja dapat berjam-jam duduk di depan komputer. Setiap tahun jumlah pemain *game* di Indonesia terus menerus bertambah, bahkan saat ini Indonesia mengalami pertumbuhan pemain *game* hingga 33% setiap tahunnya, tahun 2012 di Indonesia terdapat 62 juta pengguna *game online*, di tahun 2013 menjadi 74,57 dan sampai tahun 2015 jumlah pengguna *game online* di Indonesia menembus seratus juta jiwa (3).

Saat ini permainan *game online* sangat banyak diminati oleh orang-orang dewasa, remaja bahkan sampai menarik perhatian anak kecil. Seiring perkembangan jaman dimana perkembangan ini merupakan era perkembangan teknologi komunikasi dan informasi, remaja sudah banyak terlibat dalam perkembangan ini (2). Akan tetapi pengguna *game online* mayoritas penggunanya adalah remaja. Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagian perkembangan masa anak-anak masih dialami namun sebagian kematangan pada masa dewasa telah dialami (4). Remaja yang gemar bermain *game online* adalah yang sangat menyukai tantangan dan cenderung menjadi malas belajar atau sering membolos sekolah hanya untuk bermain *game*.

Banyak remaja yang berpartisipasi dalam permainan *game online*. Selain untuk mencari para pemenang juga sebagai tujuan mencari teman ataupun silaturahmi bagi para pecinta *game online* (5).

Berdasarkan hasil survey Amerika Serikat menunjukkan bahwa data demografi pengguna *game online* dengan usia < 18 tahun dengan persentase 27%, 18-35 tahun 29%, 36-49 tahun 18%, dan > 50 tahun 26% (6). Sedangkan hasil survey yang digelar oleh TNS Indonesia disebutkan pengakses internet di Indonesia didominasi oleh pengguna remaja (usia 15-18 tahun). Survey tersebut mengatakan remaja yang menggunakan internet yang memainkan *game online* adalah sebanyak 35% pengguna remaja wanita, dan sebanyak 55% pengguna *game online* remaja pria (7).

Faktor yang menyebabkan remaja bermain *game online* yaitu berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan suatu penyebab yang dialami oleh seorang anak berdasarkan dari dorongan dalam dirinya sendiri, contohnya kejenuhan atau merasa bosan, kurang kegiatan, stres atau depresi. Semakin banyak pengguna *game online* maka banyak pula pencipta kreator yang menciptakan game online dengan lebih menarik dan lebih mengasyikan. Tampilan visual dari game online juga mempengaruhi minat pemain, karena semakin bagus tampilan visual dan kecanggihan *game online* semakin banyak pula pemainnya (8).

Faktor kedua yaitu faktor eksternal adalah suatu penyebab yang dialami oleh seseorang anak berdasarkan dari dorongan luar diri, sebagai contohnya adanya komunikasi yang kurang maksimal antara anak dengan anggota

keluarganya, kurang perhatian atau pengawasan dari orang-orang terdekat, kesalahan pola asuh dari orang tua kepada anak, dan adanya tawaran kebebasan yaitu seseorang dapat mengalami dunia baru dalam bermain *game online*. Ketika mendapatkan tawaran kebebasan untuk bermain *game online*, sikap anak mulai menjadi kurang terkontrol dan selalu ingin mencoba *game online*. Selain itu anak yang bermain *game online* ingin memasuki dunia yang baru atau dunia kebebasan karena ada faktor-faktor lain contohnya anak merasa pusing dan stres memikirkan tugas sekolah yang akhirnya akan berhenti sejenak meninggalkan aktifitas sebagai pelajar untuk memasuki dunia yang baru dengan bermain *game online*. Bagi orang tua yang selalu memanjakan anaknya dengan fasilitas, efek kecanduan mungkin sangat terjadi (8).

Pemerintah diminta mengendalikan peredaran *game online* remaja seperti yang dirilis Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud), ada 15 *game online* yang berbahaya bagi remaja. Mayoritas 15 game tersebut merupakan *game online* kepingan yang bebas di perjual belikan di pasaran. Menanggapi hal itu, Ketua Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) Arist Merdeka Sirait meminta Kementerian Perdagangan (Kemendag) dan Kementerian Perindustrian (Kemenprin) harus dapat menghentikan impornya kepingan *game online* tersebut. Selain itu, Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) juga harus mengendalikan peredaran *game online* dipasaran. Sedangkan untuk *game online* yang berbahaya bagi perkembangan remaja harus di blokir oleh Kominfo. Karena pemblokiran bisa menjadi langkah efektif dan salah satu cara paling membantu untuk mencegah *game-*

game online yang mengandung unsur kekerasan tidak tersentuh dan tak ditiru oleh anak-anak. Kemendikbud juga aktif mendorong penyediaan *game-game* yang edukatif (9).

Dari hasil penelitian Febriandari menunjukkan 14% responden bermain *game online* selama 6-12 bulan, 8% responden bermain *game online* selama 13-18 bulan, 4% responden bermain *game online* selama 19-24 bulan, dan 74% responden bermain *game online* sudah lebih dari 24 bulan (10). Seseorang dikatakan kecanduan bermain *game online* apabila sudah bermain *game online* minimal selama 6 bulan yang berlebihan dan berulang-ulang sehingga menimbulkan dampak negatif seorang pemain *game online* (11).

Adapun dampak negatif dari bermain *game online* dapat menimbulkan adiksi (kecanduan), mendorong melakukan hal-hal negatif, berbicara kasar dan kotor, terbengkalainya kegiatan di dunia nyata, perubahan pola makan sehingga berat badan menurun, perubahan pola istirahat, pemborosan, mengganggu kesehatan seperti migrain, sakit mata, dan sakit punggung (8). Dari hasil penelitian Sanditaria sebagian besar dari responden adalah anak usia sekolah yang mengalami adiksi bermain *game online* di warung internet penyedia *game online* Jatinangor Sumedang dan terdapat dampak negatif baik fisik maupun psikologi dari bermain *game online* yang dilakukan secara berlebihan (12). Dari penelitian tersebut menggunakan 71 responden anak usia sekolah yang bermain *game online* dimana 38% responden termasuk dalam kategori tidak kecanduan dan 62% responden termasuk dalam kategori kecanduan *game online*. Beberapa kasus tercatat, terdapat beberapa *gamers*

dengan *game online* menghabiskan waktu sia-sia demi game tersebut dan bersedia untuk tidak makan, apalagi untuk bekerja serta melaksanakan tugas yang merupakan kewajibannya (12).

Gemar bermain *game online* dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari terutama terkait dengan pola makan dan sangat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Faktor yang mempengaruhi keadaan status gizi remaja yaitu pola makan remaja, kebiasaan makan kurang, kesukaan yang berlebihan dengan memilih serta menentukan makanan yang disukai atau tidak disukai seperti menyukai makanan cepat saji, asupan energi dan protein, pendidikan yang rendah, pengaruh teman dan media massa, dan aktivitas seperti bermain sehingga lupa diri tidak ingin mengonsumsi makanan (13). Dari hasil penelitian Husnah menunjukkan pola makan yang salah cenderung dengan status gizi kurang sebanyak 15% dan obes 5% (14). Remaja yang gemar bermain *game online* dengan frekuensi dan durasi bermain yang cukup lama beresiko 4,7% memiliki status gizi kurang dan 20,9% memiliki status gizi lebih karena terlalu fokus bermain *game* (15). Keadaan kurang gizi terjadi karena tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis gizi yang dibutuhkan seperti jumlah zat gizi yang dikonsumsi kurang, mutunya rendah, dan frekuensi makan kurang, begitu juga sebaliknya dikatakan status gizi lebih karena tubuh berlebihan jenis zat gizi (16). Kurang gizi juga tidak hanya berdampak badan kurus tetapi dapat mengakibatkan kelelahan terus menerus, rambut rontok, dan gangguan tulang punggung sehingga badan terlihat pendek (17).

Berdasarkan hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) di Yogyakarta terdapat prevalensi stunting adalah 14,9%. Secara nasional, prevalensi status gizi yang dikategorikan stunting pada remaja usia 13-15 tahun adalah 35,1%, sedangkan prevalensi wasting adalah 11,1%. Dan prevalensi status gizi remaja usia 16–18 tahun secara nasional yang dikategorikan stunting adalah 31,4%, sedangkan prevalensi wasting 9,4% (18).

Tempat penelitian akan dilakukan di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta. Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara yang dilakukan pada bulan Januari 2017 didapatkan data 19 siswa dari 20 siswa mengemukakan menghabiskan waktu lebih dari 4 jam, dan 1 siswa hanya bermain *game online* selama 2 jam. Sebanyak 20 siswa menyatakan sudah lama senang bermain *game online*, dan bermain *game online* setiap hari setelah pulang sekolah. Sebanyak 20 siswa, 15 siswa diantaranya memainkan jenis *game online* MMOFPS, sedangkan 5 siswa lainnya memainkan jenis *game online* MMORPG. Setelah dilakukan pengukuran *Z-skor* didapatkan bahwa 4 siswa dikategorikan gemuk, 10 siswa dikategorikan kurus, dan 6 siswa dikategorikan normal.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui apakah ada Hubungan Intensitas Penggunaan *Game Online* Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Intensitas Penggunaan *Game Online* Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden penelitian meliputi umur dan jenis kelamin.
- b. Untuk mengetahui intensitas penggunaan *game online* pada remaja berdasarkan frekuensi bermainnya.
- c. Untuk mengetahui intensitas penggunaan *game online* pada remaja berdasarkan lama waktu bermainnya.
- d. Untuk mengetahui status gizi pada remaja.
- e. Untuk mengetahui keeratan hubungan intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dan tingkat pengetahuan, khususnya di institusi pelayanan kesehatan terutama yang

menyangkut dengan intensitas penggunaan *game online* dan status gizi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas Alma Ata

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai bahan referensi tentang hubungan intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang *game online* dengan status gizi pada remaja

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan promosi kesehatan sekolah terkait dengan intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi

d. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan kemampuan dalam menganalisis suatu masalah yang diteliti yaitu hubungan intensitas penggunaan *game online* dengan status gizi

e. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau gambaran awal untuk melakukan penelitian selanjutnya sehingga dapat menghasilkan penelitian yang lebih bermanfaat.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS ALMA ATA

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun, dan Judul Penelitian	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Sanditaria (2012) Adiksi Bermain <i>Game Online</i> Pada Anak Usia Sekolah Di Warung Internet Penyedia <i>Game Online</i> Jatinangor Sumedang	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 38% responden termasuk dalam kategori tidak adiksi dan 62% responden termasuk dalam kategori adiksi dan terdapat dampak negatif baik fisik maupun psikologi dari bermain <i>game online</i> yang dilakukan secara berlebihan	Jenis penelitian, variabel penelitian	Teknik pengambilan sampel, tempat penelitian, waktu penelitian
2.	Nuhan (2016) Hubungan Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Jarakan Kabupaten Bantul Yogyakarta	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara intensitas bermain <i>game online</i> dengan prestasi belajar siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Jarakan Kabupaten Bantul Yogyakarta	Jenis penelitian,	Tempat penelitian, waktu penelitian, teknik pengambilan sampel
3.	Worang, Rattu, Umboh (2017) Hubungan Antara Aktivitas Fisik <i>Screen Time</i> Dan Konsumsi Minuman Ringan Dengan Status Gizi Pada Siswa SMA Kristen Eben Haezar Manado	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik, screen time dan konsumsi minuman ringan dengan status gizi pada siswa SMA Kristen Eben Haezar Manado	Jenis penelitian	Tempat penelitian, waktu penelitian, teknik pengambilan sampel

DAFTAR PUSTAKA

1. Afrianti, Lusiana. *Perbedaan Tingkat Agresivitas Pada Remaja Yang Bermain Game Online Jenis Agresif Dan Non Agresif*. [Skripsi]. Solo: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2009.
2. Amanda RA. Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja Di Samarinda. *eJournal Ilmu Komunikasi*. 2016; 4(3): 290-304.
3. Sitohang RUW. Penggunaan *Game Online* Oleh Pelajar Sekolah Menengah Pertama Di Sukorejo Kelurahan Lempake Kota Samarinda. *eJournal Sosiologi-Sosiologi*. 2015; 3 (4): 41-55.
4. Jahja Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana
5. Angela. Pengaruh *Game Online* Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir. *eJournal Ilmu Komunikasi*. 2013; 1 (2): 532-544.
6. Entertainment Software Association. *Essential Facts About The Computer And Video Game Industry*. Amerika: ESA; 2016.
7. Yuliatien. *Hubungan Addiction Game Online Terhadap Tingkat Agresivitas Remaja Pria*. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Bina Nusantara, 2015.
8. Syahrani R. Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. 2015; 1(1): 84-92.
9. Helmi. *Pemerintah Diminta Kendalikan Peredaran Games Anak*. Politik Indonesia Jaringan Informasi Politisi April 2016.
10. Febriandari D, Nauli FA, Rahmalia S. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2016; 4(1): 50-56.
11. Lemmens JS, Velkenburg PM, Peter J. Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Journal Media Psychology*. 2009; 12(1): 77-95. Tersedia dalam:

- dx.doi.org/10.1080/15213260802669458 [Diakses pada 7 Maret 2017].
12. Winsen, Sanditaria S, Yuyun R, Fitri AM. *Adiksi Bermain Game Online Pada Anak Usia Sekolah Di Warung Internet Penyedia Game Online Jatinangor Sumedang*. [Skripsi]. Bandung: Universitas Padjadjaran; 2011.
 13. Sari, RI. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Usia 12-15 Tahun Di Indonesia Tahun 2007*. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.
 14. Husnah. Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Kuliah Klinik Senior (KKS) Di Bagian Obsgyn RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 2012; 12(1): 23-30.
 15. Purnamawati, Ita. *Hubungan Permainan Video Game Dengan Pola Makan Dan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah Condong Catur, Sleman*. [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2014.
 16. Noviana K, Effatul A, Dewi A. Kebiasaan Jajan Dan Pola Makan Serta Hubungannya Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*. 2016; 4(2): 97-104.
 17. Istiany A dan Rusilanti. 2014. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
 18. Kementerian Kesehatan R.I. *Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I; 2014.
 19. Kementerian Kesehatan R.I. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I; 2015.
 20. Sarwono Sarlito W. 2015. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers
 21. Gaol, TL. *Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Fakultas Teknik Universitas Indonesia*. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.

22. Kartini H. Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Intensitas Bermain Game Online Dengan Intensi Berperilaku Agresif Pada Siswa SMA Katolik W.R. Soepratman Samarinda. *Jurnal Psikoborneo*. 2016; 4(4): 739-750.
23. Suryanto RN. Dampak Positif dan Negatif Permainan Game Online Di Kalangan Pelajar. *Jom FISIP*. 2015; 2(2): 1-15.
24. Ayu L, Sahat S. Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 2016; 5(2): 167-173.
25. Irwanto RN, Sulistiyawati, Pratiwi PB. *Pengetahuan Ibu Tentang Pertumbuhan Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Usia 0-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan 1 Bantul, Yogyakarta. Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*. 2016; 4(1): 19-24.
26. Emilia E. Pengetahuan, Sikap Dan Praktek Gizi Pada Remaja Dan Implikasinya Pada Sosialisasi Perilaku Hidup Sehat. *Media Pendidikan Gizi dan Kuliner*. 2009; 1(1): 1-10.
27. Palupi, MP. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Kurang Pada Siswi Di 4 SMA/SMK Terpilih Di Kota Depok Jawa Barat Tahun 2011*. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.
28. Machfoedz Ircham. 2016. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif & Kualitatif)*. Yogyakarta: Fitramaya.
29. Lemeshow, S, Hosmer, D.W, Klar, J, Lwanga, S.K. *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press
30. Notoatmodjo Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
31. Azwar Saifuddin. 2015. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

32. Malahayati, D. *Hubungan Kebiasaan Bermain Video Game Dengan Tingkat Motivasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah*. [Skripsi]. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Program Sarjana Reguler; 2012.
33. Dahlan M. Sopiudin. 2013. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
34. Sugiyono. 2012. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
35. Piyeke PJ, Hendro B, Ferdinand W. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja Di Manado*. [Skripsi]. Manado: Universitas Sam Ratulangi; 2014.
36. Antala N. *Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online Dengan Tingkat Insomnia Pada Siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta*. [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Alma Ata; 2015.
37. Ambarsari RT, Dewi L. *Hubungan Lama Permainan Game Online Dengan Pola Tidur Anak Usia 10-12 Tahun Di Wilaah Jateng Kabupaten Karanganyar*. [Skripsi]. Jateng: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2011.
38. Pezkina E, Triyanti. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Kurang pada Siswi di 3 SMA Negeri di Kota Tegal Jawa Tengah Tahun 2013*. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2013.
39. Persada Ga, Anne H, Nurhuduya. Program Konseling Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecenderungan Adiksi *Game Online* Pada Remaja. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*. 2017; 1(1): 79-92
40. Fieny T, Joko W, Yanti R. Hubungan Aktivitas Menonton Televisi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah 6-8 Tahun Di SDN Merjosari 02 Malang. *Jurnal Care*. 2016; 4(3): 88-96
41. Worang Ty, Joy MR, Jootje MLU. Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Screen Time Dan Konsumsi Minuman Ringan Dengan Status Gizi Pada Siswa SMA Kristen Eben Haezar Manado. *Jurnal Community Health*. 2017; 2(1): 68-77

42. Kenny EL, Steven LG. United States Adolescents' Television, Computer, Videogame, Smartphone, And Tablet Use: Associations With Sugary Drinks, Sleep, Physical Activity, And Obesity. 2016. Tersedia dalam: doi: 10.1016/J.Jped.2016.11.015 [Diakses Pada 8 Mei 2017].

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS ALMA ATA